

โทษของบุหรี่

ปัจจุบันมีผู้สูบบุหรี่เป็นจำนวนไม่น้อย รวมถึงยังเกิดนักสูบหน้าใหม่ขึ้นมาเรื่อย ๆ สาเหตุอาจจะเกิดการอยากรู้อยากลอง โดนเพื่อนชักชวน เป็นต้น ในขณะที่โทษของบุหรี่อาจจะมี การรับรู้ที่ไม่กว้างขวางในกลุ่มผู้สูบที่ก่อให้เกิดลดหรือเลิกบุหรี่ได้ ในควันบุหรี่ เต็มไปด้วยสารอันตรายต่าง ๆ ได้แก่ นิโคติน ซึ่งจัดเป็นสารเสพติด และยังมีสารเคมีอีกมากถึง 7,000 ชนิด สารพิษอีกมากกว่า 250 ชนิด และสารก่อมะเร็งอีกมากกว่า 70 ชนิด ซึ่งถ้าหากได้ซื้อสูบบุหรี่อย่างง่าย คือ การสูบบุหรี่ 1 มวน จะทำให้อายุสั้นลงถึง 7 นาที

เมื่อสูบบุหรี่เข้าไปในร่างกายแล้ว บุหรี่ก็เข้าไปทำลายร่างกายแทบจะทุกส่วน เริ่มตั้งแต่หลอดเลือดสมอง แอด ทางเดินอาหาร หัวใจ กระดูกและกล้ามเนื้อ จนทำให้เกิดโรคร้ายต่าง ๆ เช่น โรคหัวใจและหลอดเลือด โรคทางเดินปัสสาวะ รวมถึงเกิดการเสื่อมสมรรถภาพทางเพศ มีความเสี่ยงแท้งของหญิงตั้งครรภ์ และมีโอกาสตาบอดถาวร

โทษของบุหรี่ทั้งหมดที่กล่าวมานี้ อาจจะทำให้เกิดการเผยแพร่ต่อเพื่อให้เกิดแรงจูงใจให้มีการเลิกบุหรี่ได้ ซึ่งการเลิกบุหรี่ให้สำเร็จสามารถเกิดขึ้นได้กับทุกคน เพียงแค่ยึดหลักการ ตั้งใจ มีเป้าหมาย ไม่รอช้า ไม่หวั่นไหว ไม่ยอมแพ้

โทษของบุหรี่
ยับสูบยับป่วยโรคร้าย

ตายไว
ไม่รู้ตัว

www.kapook.com

การสูบบุหรี่ 1 มวน
จะทำให้อายุสั้นลง 7 นาที

ควันบุหรี่ เต็มไปด้วย...
นิโคติน (สารเสพติด), สารเคมี 7,000 ชนิด,
สารพิษ มากกว่า 250 ชนิด และสารก่อมะเร็ง
มากกว่า 70 ชนิด

สูบบุหรี่... แล้วได้อะไร?

- หลอดเลือดสมอง ตีบ-แตก-ตัน
- โรคปอด และระบบทางเดินหายใจ
- โรคระบบทางเดินอาหาร
- เสื่อมสมรรถภาพทางเพศ
- หญิงตั้งครรภ์เสี่ยงแท้ง ลูกในครรภ์เสี่ยงตาย
- มีโอกาสตาบอดถาวร
- โรคหัวใจ และหลอดเลือด
- โรคระบบทางเดินปัสสาวะ
- โรคเกี่ยวกับกระดูกและกล้ามเนื้อ
- สารพัดโรคมะเร็ง และอาการทางร่างกายอื่นๆ เช่น แก่เร็ว ปากเหม็น ดิ้นดำ ฯลฯ

เลิกบุหรี่... คุณก็ทำได้

ตั้งใจ มีเป้าหมาย ไม่รอช้า ไม่หวั่นไหว ไม่ยอมแพ้

ข้อมูลจาก สสส. ศูนย์ข้อมูลพิษวิทยา กระทรวงสาธารณสุข, ศูนย์วิชาการนิรโทษกรรมทางโรครังสีแห่งชาติ, www.kapook.com, สสส. www.sss.go.th